

Fit op Weg (GGZ Delfland)

Lange wachttijden, bureaucratie en randvoorwaarden die als obstakels aanvoelen: na het spreken van professionals, experts en oud-cliënten vond GGZ Delfland dat het wel wat beter en efficiënter mag met wachttijden bij poli's in de GGZ. Daarom is in samenwerking met de methodiek van Shoshin de Innovatieve Leefstijl-poli – ook wel bekend als de Fit op Weg-poli - in het leven geroepen. Bij deze poli ligt de focus op het zo kort mogelijk maken van wachttijden en het creëren van betere randvoorwaarden. GGZ Delfland zorgt hierin niet alleen voor behandelingen op maat met korte wachttijden voor de cliënt: ook aan de personeelskant is er sprake van innovatie, wordt er gewerkt naar talent en geschiedt het werken op een gezondere manier.

Hoe werkt het?

Sinds begin 2019 is de aanpak in de vorm van een Fit op Weg-poli gestart in Spijkenisse, onderdeel van [GGZ Delfland](#). Deze GGZ heeft hierin samengewerkt met [Shoshin](#), een innovatiebureau dat zich specialiseert in zorgvernieuwing naar preventie en leefstijl. GGZ Delfland zorgt voor de inhoudelijke expertise, Shoshin begeleidt het traject van idee-fase tot en met het toepassen van innovaties.

Maar het levert niet alleen iets op voor de cliënten: bij de FOWP wordt er anders gewerkt en dieper ingegaan op de cliënt, en wordt er daarnaast gelet op efficiëntie en werken naar talent - de juiste persoon verricht de juiste taken. Er is veel sprake van digitalisering (gebruik van e-health, fitbit) en in combinatie met inzet van een behandelcoach daalt de beleefde werkdruk en wordt het werkplezier vergroot. Dat laatste komt ook door meer team- en groepswork. Vooralsnog is de FOW-poli één van de weinige initiatieven die de problematiek rondom wachttijden in de GGZ op doeltreffende wijze kan tegengaan. De aanpak levert zowel cliënten als medewerkers veel op.



Het Fit op Weg-traject verloopt als volgt: de cliënt komt al na drie weken binnen voor een intake. Deze wordt direct gevolgd door nog twee gesprekken, waarbij E-health, een fitbit en een behandelcoach worden geïntroduceerd. In de eerste gesprekken wordt de situatie van de cliënt goed in kaart gebracht. Zo kan de cliënt passend worden behandeld. Vervolgens gaat de cliënt samen met de behandelcoach in een groep zes (tot twaalf) weken aan de slag met de voorgeschreven leefstijl, om tenslotte met diagnose-specifieke therapie geholpen te worden.

Wat levert het op?

Wachttijden worden verminderd

Wachttijden zijn binnen enkele maanden verdwenen binnen het Fit op Weg-initiatief. Cliënten worden binnen drie weken gezien, interne wachttijden verdwijnen volledig. Er is sprake van constante evaluatie of een cliënt op de beste manier geholpen wordt – ineffectief doorbehandelen wordt zo bestreden.

Meer mensen helpen per psycholoog

Door het gebruik van groepstherapie wordt er bespaard in kosten, tijd voor personeel en capaciteit. Hiernaast blijken de resultaten voor cliënten ook beter wanneer vergeleken met individuele therapie. Dankzij de opzet van de behandeling en de inspanningen van een behandelcoach is de feedback van cliënten grotendeels goed.

Eigen regie en huiswerk

In het Innovatieve Leefstijl-proces ondersteund door een behandelcoach (die op maat behandelt) blijkt dat de patiënt zijn eigen traject ook zelfstandig goed oppakt en middels een fitbit en e-health meer huiswerk maakt. De cliënt is door het nieuwe proces in staat om de nodige gedragsveranderingen door te voeren in zijn of haar leven. Door eigen regie van cliënten te versterken wordt de inzet van medewerkers verlaagd en neemt het aantal overuren af.

Leefstijl werkt

Er is veel wetenschappelijke onderbouwing dat leefstijl-interventies een (zeer) positieve bijdrage aan het herstel van de cliënt kunnen hebben. Het begin van de behandeling richt zich dan ook op het beter op orde krijgen van de basis en cliënten zien het nut van deze fase door goed(e) communicatie(-materiaal) zelf ook in.

Van werkdruk naar werkplezier

Doordat er meer als team wordt gewerkt kunnen behandelaren zich meer richten op wat ze leuk vinden en waar ze voor hebben geleerd: cliënten behandelen. Zo wordt het traject efficiënter, gezonder, en plezieriger voor werknemers en worden zij optimaal ingezet. Daarnaast zorgen de goede resultaten van het FOW-traject aan de werknemerskant voor veel voldoening en draagvlak voor de methode.

Wat kunnen andere organisaties leren van dit voorbeeld?

Het Fit op Weg-model zowel bijdragen aan de Actieer-thema's gezond werken, arbeidsinnovatie, leven lang ontwikkelen en zelfs werken naar talent. Daarnaast is het model goed vertaalbaar, en dus stapsgewijs toe te passen op andere afdelingen, poli's en organisaties. Op deze webpagina vind je het stappenplan voor een organisatie die het Fit op Weg-model ook wil toepassen.

Waarom is dit een goed voorbeeld?

Door het inzetten van technologie bij de ondersteuning van nieuw bedachte processen op de Fit op Weg-poli, wordt arbeidsinnovatie bevorderd. Verder zijn binnen deze poli de taken zo verdeeld dat behandelaren alleen

maar bezig zijn met taken waarvoor ze zijn opgeleid, om stress tegen te gaan en plezier in de hand te werken. Zo wordt er een gezond werkklimaat gecreëerd. Ook is de nieuwe polikliniek efficiënt en naar talent ingericht, worden werkprocessen verbeterd en staat de innovatie nooit stil.

Het initiatief is bijzonder succesvol en wordt inmiddels opgeschaald naar andere locaties binnen GGZ Delfland. Er zijn goede mogelijkheden om de aanpak ook op te schalen naar andere organisaties en poliklinieken.

Luister ook de podcast:

Actie Leer Netwerk · Koplopers Suzanne van Hees en Tim Haarlemmer over Fit op Weg

Wil je meer weten of heb je vragen over dit Koploperinitiatief? Neem contact op met Suzanne van Hees

Suzanne van der Meer

Manager behandelingen en klinisch psycholoog

[0181508000](tel:0181508000)

s.vanhees@ggz-delfland.nl